



PROPOZÍCIE

II. kola Majstrovstiev SsAZ družstiev staršieho žiactva Majstrovstvá SsAZ v chôdzi staršieho žiactva a vložené preteky v skoku o žrdi

Usporiadateľ: Atletický klub SPARTAK Dubnica nad Váhom
Termín: Piatok 8. mája 2015, začiatok o 10,00 hod.
Miesto: Dubnica nad Váhom, Mestský štadión

Funkcionári pretekov:

Riaditeľ pretekov: Luboš BELÁŇ
Tajomník pretekov: Rastislav HRBÁČEK
Riadiaci súťaže: Miluťín ČERNÁK
Hlavný rozhodca: Dušan CHATRNÚCH

Všeobecné ustanovenia:

Zúčastnené družstvá:

- **starší žiaci:** DUKBB, UMBBB, SVEBB, MOSTB, ZTSDU, MSKDC, KUBIN, ACKLM, CVCLM, ZTSMT, OLYPB, SLAZI, SKPZA, SNPZH, DANZV
- **staršie žiačky:** DUKBB, UMBBB, SVEBB, MOSTB, ZTSDU, MSKDC, KUBIN, ACKLM, CVCLM, NIZNA, ZTSMT, OLYPB, SLAZI, SKPZA, SNPZH, DANZV

Disciplíny:

- **starší žiaci:** 60 m, 150 m, 300 m, 800 m, 1500 m, 100 m prek., 300 m prek., diaľka, výška, žrd', guľa, disk, oštep, kladivo, 3 km chôdza, 4 x 300 m
- **staršie žiačky:** 60 m, 150 m, 300 m, 800 m, 1500 m, 100 m prek., 300 m prek., diaľka, výška, žrd', guľa, disk, oštep, kladivo, 3 km chôdza, 4 x 300 m
- **vložené súťaže:** žrd' (mužské a ženské kategórie)

Kancelária pretekov:

Bude otvorená v tribúne Mestského štadióna v deň pretekov od 8,00 hod. do skončenia pretekov.

Prezentácia:

V kancelárii pretekov do 9,15 hod. na štartovej listine vydannej usporiadateľom pretekov.

Prihlášky:

Zasielajú oddiely a kluby formou datového súboru najneskôr do 7. mája 2015 do 12,00 hod. elektronickou formou na e-mail

prihlasky@atletikadubnica.sk

Štartovné:

3,00 € za každého od prezentovaného pretekára z klubu SsAZ a 5,00 € za každý štart pretekára mimo klubov SsAZ



Atletický klub SPARTAK Dubnica nad Váhom

www.atletikadubnica.sk



Šatne:

Budú k dispozícii v obmedzenom počte. Za odložené veci usporiadateľ nezodpovedá.

Rôzne:

- dráha 6 prúdová umelohmotná
- hod diskom, oštepom a kladivom sa uskutoční na vedľajšom ihrisku. V prípade potreby usporiadateľ s riadiacim súťažou môže umožniť v týchto troch disciplínach pretekárom len štyri pokusy
- štartovné čísla obdržia pretekári v bežeckých disciplínach pri prezentácii od asistenta štartéra len pre behy od 800 m
- rozcvičovanie pretekárov je povolené len na vedľajších plochách

Záverečné ustanovenie:

Preteká sa podľa pravidiel atletiky, súťažného poriadku Stredoslovenského atletického zväzu pre rok 2015 a týchto propozícií.

Ľuboš Beláň
prezident AK SPARTAK

Rastislav Hrbáček
tajomník pretekov



Časový rozpis:

| | | | | |
|-------|-----------------------|------------|--------------------|-------------|
| 10,00 | 100 m prek. Žci | výška Žci | guľa Žky | kladivo Žci |
| 10,10 | 100 m prek. Žky | | | |
| 10,20 | 60 m R Žky | | | |
| 10,40 | 60 m R Žci | dialka Žky | žrd' Žci, Žky, M+Ž | |
| 11,00 | 3 km chôdza Žci + Žky | | | |
| 11,30 | 800 m Žci | | guľa Žci | kladivo Žky |
| 11,45 | 800 m Žky | | | |
| 12,00 | 60 m F Žci | výška Žky | | |
| 12,10 | 60 m F Žky | | | |
| 12,20 | 1500 m Žci | dialka Žci | | |
| 12,35 | 1500 m Žky | | oštep Žci | disk Žky |
| 12,50 | 300 m Žci | | | |
| 13,05 | 300 m Žky | | | |
| 13,20 | 150 m Žci | | | |
| 13,40 | 150 m Žky | | oštep Žky | disk Žci |
| 14,00 | 300 m prek. Žci | | | |
| 14,15 | 300 m prek. Žky | | | |
| 14,30 | 4 x 300 m Žci | | | |
| 14,45 | 4 x 300 m Žky | | | |

V prípade potreby usporiadateľ s riadiacim súťaže môže v disciplínach disk, oštep a kladivo upraviť počet pokusov pretekárom len na štyri.

Základné výšky a zvyšovanie:

Skok do výšky

Starší žiaci: 145, 150, 155, 160, 165, 169, 173, 176, 179, 182, 184, ďalej po 2 cm

Staršie žiačky: 125, 130, 135, 140, 145, 150, 154, 158, 161, 164, 166, ďalej po 2 cm.

Skok o žrdi

Starší žiaci: 180, 200, 220, 240, 260, 270, 280 ďalej po 10 cm

Staršie žiačky: 160, 180, 200, 210, 220, ďalej po 10 cm